



# Bacheloroppgave

**IDR600 Sport Management**

**Relasjonen mellom utøver og trener basert på spilletid  
i fotball (norsk)**

**Eduard Khachatryan**

**Totalt antall sider inkludert forsiden: 33**

**Molde, 21.05.19**

**Antall ord: 7603**



## Obligatorisk egenerklæring/gruppeerklæring

Den enkelte student er selv ansvarlig for å sette seg inn i hva som er lovlige hjelpemidler, retningslinjer for bruk av disse og regler om kildebruk. Erklæringen skal bevisstgjøre studentene på deres ansvar og hvilke konsekvenser fusk kan medføre. Manglende erklæring fritar ikke studentene fra sitt ansvar.

<i>Du/dere fyller ut erklæringen ved å klikke i ruten til høyre for den enkelte del 1-6:</i>		
1.	Jeg/vi erklærer herved at min/vår besvarelse er mitt/vårt eget arbeid, og at jeg/vi ikke har brukt andre kilder eller har mottatt annen hjelp enn det som er nevnt i besvarelsen.	<input type="checkbox"/>
2.	Jeg/vi erklærer videre at denne besvarelsen: <ul style="list-style-type: none"><li>• ikke har vært brukt til annen eksamen ved annen avdeling/universitet/høgskole innenlands eller utenlands.</li><li>• ikke refererer til andres arbeid uten at det er oppgitt.</li><li>• ikke refererer til eget tidligere arbeid uten at det er oppgitt.</li><li>• har alle referansene oppgitt i litteraturlisten.</li><li>• ikke er en kopi, duplikat eller avskrift av andres arbeid eller besvarelse.</li></ul>	<input type="checkbox"/>
3.	Jeg/vi er kjent med at brudd på ovennevnte er å <b>betrakte som fusk</b> og kan medføre annullering av eksamen og utestengelse fra universiteter og høgskoler i Norge, jf. <a href="#">Universitets- og høgskoleloven</a> §§4-7 og 4-8 og <a href="#">Forskrift om eksamen</a> §§14 og 15.	<input type="checkbox"/>
4.	Jeg/vi er kjent med at alle innleverte oppgaver kan bli plagiatkontrollert i URKUND, se <a href="#">Retningslinjer for elektronisk innlevering og publisering av studiepoenggivende studentoppgaver</a>	<input type="checkbox"/>
5.	Jeg/vi er kjent med at høgskolen vil behandle alle saker hvor det forligger mistanke om fusk etter høgskolens <a href="#">retningslinjer for behandling av saker om fusk</a>	<input type="checkbox"/>
6.	Jeg/vi har satt oss inn i regler og retningslinjer i bruk av <a href="#">kilder og referanser på biblioteket sine nettsider</a>	<input type="checkbox"/>

# Personvern

## Personopplysningsloven

Forskningsprosjekt som innebærer behandling av personopplysninger iht.

Personopplysningsloven skal meldes til Norsk senter for forskningsdata, NSD, for vurdering.

Har oppgaven vært vurdert av NSD?

☒ ja    ☐ nei

- Hvis ja:

Referansenummer: 151792

- Hvis nei:

Jeg/vi erklærer at oppgaven ikke omfattes av Personopplysningsloven: ☐

## Helseforskningsloven

Dersom prosjektet faller inn under Helseforskningsloven, skal det også søkes om forhåndsgodkjenning fra Regionale komiteer for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk, REK, i din region.

Har oppgaven vært til behandling hos REK?

☐ ja    ☒ nei

- Hvis ja:

Referansenummer:

# Publiseringsavtale

Studiepoeng: 15

Veileder: Ole Martin Kleivenes

## Fullmakt til elektronisk publisering av oppgaven

Forfatter(ne) har opphavsrett til oppgaven. Det betyr blant annet enerett til å gjøre verket tilgjengelig for allmennheten (Åndsverkloven. §2).

Alle oppgaver som fyller kriteriene vil bli registrert og publisert i Brage HiM med forfatter(ne)s godkjenning.

Oppgaver som er unntatt offentlighet eller båndlagt vil ikke bli publisert.

Jeg/vi gir herved Høgskolen i Molde en vederlagsfri rett til å gjøre oppgaven tilgjengelig for elektronisk publisering:

☒ja ☐nei

Er oppgaven båndlagt (konfidensiell)?

☐ja ☒nei

(Båndleggingsavtale må fylles ut)

- Hvis ja:

Kan oppgaven publiseres når båndleggingsperioden er over?

☐ja ☐nei

Dato: 21.05.19

## **Sammendrag**

I denne bachelor oppgaven min vil du som leser få ett innblikk i hvordan fotballspillere opplever treneren sin. Oppgaven tar utgangspunktet fra 3.divisjon spillere som holder relativt høyt nivå, der jeg går inn og sammenligner forskjellige momenter som spilletid, alder, utvikling, resultater og opplevelser. Jeg vil ta i bruk en modell som Jowett og Ntoumanis opprettet, som kalles for 3C modellen.

## **Forord**

Denne bacheloroppgaven innenfor Sport Management er det siste jeg gjør for Høgskolen i Molde. Jeg ønsker og takke alle som har bidratt med å gjør dette semesteret lettere. Disse årene i Molde har gitt meg masse som jeg vil ta med meg videre i livet.

Spesielt ønsker jeg en takk til min veileder Ole Martin Kleivenes, samtidig ønsker jeg og takke August Nyland som har hjulpet meg med å samle inn data for meg.

Også en stor takk til både samboer og familie som har støttet meg og gjort dagene mine lettere gjennom tunge perioder

# Innholdsfortegnelse

<b>1.1 Innledning og bakgrunn for oppgaven.....</b>	<b>1</b>
1.2 Problemstilling .....	1
<b>2.0 Teoretisk rammeverk .....</b>	<b>2</b>
2.1 Trener og utøver relasjon .....	2
2.2. Behovet for relasjon .....	3
2.3 Self-Determination Theory .....	3
2.4 Achievement goal theory (AGT) .....	4
2.5 3C-modellen (CART-Q) .....	4
2.6 Tidligere funn.....	6
<b>3. Metode.....</b>	<b>7</b>
3.1 Valg av metode .....	7
3.2 Kvantitativ undersøkelse .....	7
3.4 Cart-Q.....	8
3.5 Mine respondenter.....	8
3.6 Validitet (troverdighet) .....	9
3.7 Reliabilitet(pålitelighet) .....	9
3.8 Datainnsamling .....	10
3.9. Dataanalyse .....	10
<b>4.0 Dataanalyse, funn og konklusjon.....</b>	<b>11</b>
4.1 Mine funn.....	12
4.2 Korrelasjonen mellom utøver og trener .....	16
4.3 Statistisk analyse .....	16
<b>5.0 Diskusjon.....</b>	<b>17</b>
5.1 3C-modellen.....	18
5.2 Resultat eller utvikling .....	18
<b>6.0 Konklusjon.....</b>	<b>22</b>
<b>7.0 Referanseliste.....</b>	<b>23</b>

<b>Figur 1. Jowett og Ntoumanis 3C.....</b>	<b>5</b>
<b>Figur 2. Spørreskjemaet som utøverne besvarte på.....</b>	<b>11</b>
<b>Figur 3. <i>Bilde av original questionnaire (CART-Q)</i>.....</b>	<b>11</b>
<b>Figur 4. Statistikk analyse av observasjonene gjennomført i STATA....</b>	<b>12</b>
<b>Figur 5. 3C sammenligna med alder.....</b>	<b>13</b>
<b>Figur 6. 3C sammenligna med spilletid.....</b>	<b>14</b>
<b>Figur 7. <i>3C sammenligna med spillerutvikling</i>.....</b>	<b>15</b>
<b>Figur 8. Korrelasjonen mellom utøver og trener.....</b>	<b>16</b>
<b>Figur 9. Spilletid sammenligna med best 11-er.....</b>	<b>20</b>



## 1.1 Innledning og bakgrunn for oppgaven

Idrett har alltid vært en del av livet mitt. Jeg har aldri kunne sett meg for meg en annen plass enn i idretten. I løpet av min tid i idretten har jeg både hatt gode og dårlige relasjoner med trenere, det har vært klare forskjeller på de trenerne som har fått det beste ut av meg og de som ikke har det. I min karriere har jeg erfart hvor viktig det er å ha en trener som bryr seg om at jeg skal lykkes, å dette har kommet frem i ulike vis, som at jeg har fått optimalt med spilletid og at treneren har vært opptatt av å utvikle meg som spiller. Jeg har spilt for klubber som har kjempet i toppen av Obos ligaen, Post-nord ligaen og Norsk-tipping ligaen. I møte med noen av de trenerne har jeg opplevd at jo nærmere jeg var treneren min, jo mer fikk treneren ut av potensialet mitt. Så min interesse for dette feltet har bare økt jo mer jeg har spilt fotball, og derfor har jeg ett sterkt ønske om å finne mer ut av det, samtidig håper jeg at denne oppgaven kan få spillere og trenere til å bli mer oppmerksom på relasjonen de har med utøverene sine. Ved valg av dette tema var jeg aldri i tvil om at jeg ville fokusere på utøver- trener relasjonen. Jeg synes det er spennende hvor mye psykologi har påvirkning innenfor dette feltet og hvordan relasjonen kommer til uttrykk gjennom motivasjon, tilfredshet og personlig vekst i idrett. Jeg har selv ganske mye kunnskap når det kommer til dette feltet, men det var ikke før jeg fylte 16 år da jeg begynte å tenke på relasjonen jeg hadde med treneren min og hvordan det påvirket utviklingen min på fotballbanen. Jeg har hatt mange forskjellige trenere oppover i karrieren min der jeg har vært innom klubber som Bryne FK, Egersund IK, Levanger FK og Sportsklubben Træff, der jeg har hatt dyktige treneren med forskjellige forhold til hver av dem. Personlig har jeg hatt best relasjon med de trenerne som har vært åpne og ærlige mot meg, som har vist interesse for meg både som utøver og person. Derfor syns jeg den oppgaven jeg har valgt er noe som har preget meg hele livet til å finne mer ut av.

## 1.2 Problemstilling

Derfor har jeg valgt en problemstilling som er følgende: Hvordan påvirker spilletid og opplevd utviklingsfokus spillerens forhold til treneren sin? Er det forskjeller mellom de som får spille mye, og de som får spille lite? En kvantitativ undersøkelse av utøverens opplevelse til treneren basert på spilletid. Jeg har valgt å fokusere på spilletid,

utviklingsfokus og resultat fokus. Finne ut om det har noe påvirkning på relasjonen mellom utøver og trener.

## 2.0 Teoretisk rammeverk

Jowett & Ntoumanis (2004) har utviklet 3C modellen som er et selvrapporterings instrument der hensikten er å måle trener/utøver relasjonen. 3C modellen og «the coach-athlete relationship questionnaire» (CART-Q) fremhever viktige aspekter fordi den identifiserer større komponenter som beskriver trener/utøver relasjonen. For best mulig å beskrive trener/utøver relasjonen er det i 3C modellen konstruert tre komponenter. Closeness, Commitment og Complementarity. Self-Determination Theory (SDT) er en teori som jeg vil dra inn. Teorien består av fem miniteorier som alle innehar grunnleggende psykologiske behov som viktige faktorer for motivasjon, prestasjon og velvære (Ryan & Deci, 2002). Achievement goal theory refererer til målet, hensikten eller fokuset på en persons prestasjonsadferd. Disse målene er dynamiske kognitive enheter som representerer fremtidsbaserte muligheter som reagerer på endringer i personen og situasjonen. Det er både teoretisk og empirisk bevis som viser at de to målretningene er knyttet til ulike typer motivasjon (Ryan & Deci, 2002). Deci og Ryan (1991) hevdet at faktorer som tilfredsstillende behovene for autonomi, kompetanse og tilknytning vil fremme selvbestemte typer motivasjon. Høy oppgaveorientering kan oppfylle ett eller flere av disse behovene, og kan derfor øke selvbestemt motivasjon. I motsetning til dette er høyt ego orientering spesielt når kombinert med lave kompetanseoppfattelser ikke bidrar til tilfredsstillelse av disse behovene.

### 2.1 Trener og utøver relasjon

Det legges vekt på hvordan oppførsel oppfattes av idrettsutøvere og trenerne selv, og deres relative innvirkning på resultater som tilfredsstillelse, selvtillit og ytelse. Denne tilnærmingen kan begrenses, spesielt hvis man vurderer treningsledelse som en funksjon som kan deles ('en trener kan ikke gjøre dette alene') (Jowett & Chaundy, 2004). Fokus på hva en person gjør mot en annen, kan ikke nøyaktig gjenspeile hva som foregår mellom

trenere og deres idrettsutøvere. Idrettslige presentasjoner er en sammensatt funksjon av «intra personlige» og «inter personlige» faktorer (Knutsen, 2015). Intra personlige faktorer kan betegnes som utøverens personlighet som gjenspeiles gjennom motivasjon, evnen til å ha tro på seg selv og kunne beherske oppgaver innen sin idrett (Jowett & Ntoumanis, 2004). Inter personlige går mer på det med omgivelser og sosiale nettverk som for eksempel relasjon med trener, foreldre og klubben. Det å føle seg verdsatt, samt evnen til å stole på hverandre har en positiv effekt på trener og utøvers intra- og inter personlige faktorer (Jowett & Meek, 2000)

## **2.2. Behovet for relasjon**

Når det blir tilknyttet ett felleskap og utøveren føler trygghet, kan dermed utøveren bygge opp ett emosjonelt forhold til treneren, dette vil over tid etablere en gjensidig respekt og tillit (Knutsen 2015). I følge Côté & Gilbert (2009) må treneren til en hver tid samhandle med spilleren sin for å oppnå suksess. Hvor viktig relasjonen mellom spiller og trener er, kan forstås i lys av Deci & Ryans SDT-teori. Denne teorien tar blant annet for seg hvordan menneskets behov for relasjoner påvirker motivasjon.

## **2.3 Self-Determination Theory**

Self-Determination Theory (SDT) bygger på at både utøver og mennesker har et sterkt psykologisk behov for autonomi, kompetanse og relasjon. Teorien har blitt utvikla av Deci og Ryan (1985). SDT er en kognitiv evalueringsteori som tar utgangspunktet i at alle utøvere og mennesker har en trang i å utvikle seg. Dette innebærer da at menneske blir sett på som aktive og selvbestemte individer (Deci & Ryan, 1985). Om atferd er selvbestemt eller ikke avgjøres i stor grad om man regulerer egen atferd. Regulering av egen atferd avgjøres igjen av hvilken form for motivasjon hvert individ drives av. Teorien skiller derfor mellom tre typer for motivasjon. Amotivasjon, ytre motivasjon og indre motivasjon (Ryan & Deci, 2000). Amotivasjon vil si motivasjon som det er mangel på, og kreftene blir ikke styrt av egen kontroll. Disse blir ofte betegnet som hjelpeløse. Dersom oppgaven er for vanskelig og løse, for lett eller uansett resultat vil individet få en negativ tilbakemelding. Ryan og Deci (2000) kategoriserer to hovedkategorier innenfor

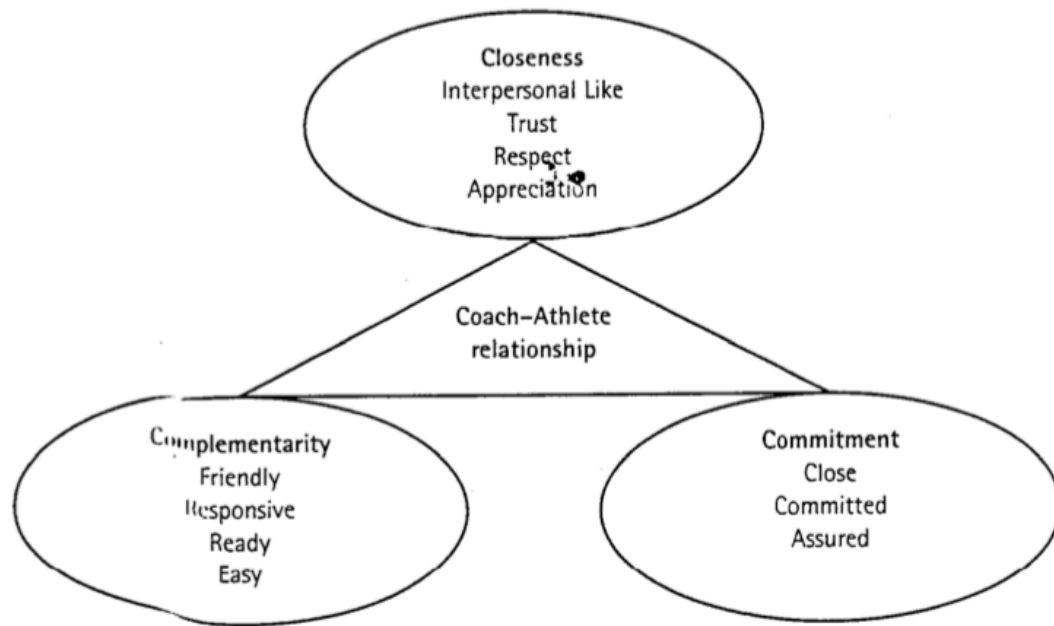
motivasjon, ytre motivasjon og indre motivasjon. Ytre motivasjon handler i stor grad om at utøveren tenker på de ytre faktorene med idretten, som kan være belønninger, medaljer eller straff. Indre motivasjon handler i stor grad om en som blir dreven av utøverens innvendige verdier. Det vil si at utøveren synes det han/hun holder på er kjekt eller fordi man er svært interessert i idretten selv (Ryan & Deci, 2000).

## **2.4 Achievement goal theory (AGT)**

Achievement goal theory postulerer at målene for idrett er to tydelige målrettinger: oppgave og ego. AGT kommer relevant i oppgaven min pga idretten kan ofte være ego orientert eller motivasjonsorientert. AGT deles inn i goal orientation og motivasjonelt klima. Den indre faktoren kaller vi vår mål-orientering som er vår disposisjon mot å velge såkalte task eller ego-mål. Orienteringen skapes ifølge Roberts (2001) gjennom sosialisering og tidligere erfaringer fra prestasjonsrelatert aktivitet. Orienteringen er forholdsvis stabil, men forskning av O'Keefe et al (2012), viser at den kan endres. Den ytre faktoren kaller vi for motivasjonelt klima, der faktorer som trener, foreldre, kjæreste og venner spiller. Motivasjonelt klima og goal orientation er med sammen og bestemmer hvilke mål vi setter oss. Spesielt fokuserer Achievement goal theory først og fremst på oppgaver i forhold til prestasjoner. Mens selvbestemmelsesteori (SDT) undersøker målsettings involvering på egen motivasjon. Begge teoriene understreker rollen som sosiale faktorer (for eksempel samarbeid, konkurranse, sosial evaluering, normativ tilbakemelding) som forutsetninger for prestasjonsrelatert atferd (Ntoumanis, 2001)

## **2.5 3C-modellen (CART-Q)**

Jowett og Ntoumanis (2004) har utviklet ett selvrapporterings instrument som de har kalt for CART-Q. 3C-modellen er modellen som forklarer mekanismen. De tre C'n står for closeness, commitment og complementarity. Hensikten med denne modellen er å måle trener/utøver relasjonen. 3C modellen og «the coach-athlete relationship questionnaire» (CART-Q) skal fremheve aspekter som beskriver trener/utøver relasjonen (Jowett & Cockerill, 2003).



*Figur 1 Jowett og Ntoumanis 3C modell*

Jowett (2005) beskriver closeness som den følelsesmessige tonen til forhold og reflekterer i hvilken grad treneren og utøveren er forbundet eller deres følelsesmessige tilknytning. Trenere og idrettsutøvere uttrykker tillit, respekt og takknemlighet dette indikerer et positivt mellommenneskelig og affektivt forhold. Commitment gjenspeiler trenere og idrettsutøveres intensjon eller ønske om å opprettholde sitt partnerskap over tid; Det ses som en kognitiv representasjon av sammenhengen mellom treneren og utøveren (Jowett, 2005). Complementarity definerer samspillet mellom treneren og utøveren som oppfattes som samarbeidsvillig og effektiv. Complementarity gjenspeiler tilknytningsmotivasjonen til mellommenneskelig atferd og inkluderer atferds egenskaper, for eksempel å være responsiv, vennlig, rolig og vilje (Jowett, 2005).

Jowett og Ntoumanis (2004) viser i sin relasjonsforskning til at tilfredsstillheten hos utøveren er større når trenerens atferden faktisk gjenspeiler det utøveren vil ha. For eksempel en fotballspiller som får nok spilletid slik han ønsker. I løpet av treningsprosessen vil utøver og trener operere i forskjellige kontekster hvor de vil ha forskjellige behov for closeness, commitment og complementarity. Ved å finne balansegangen mellom situasjonskonteksten og utøverens preferanser og dermed følge opp

behovet for utdanning og sosiale velferd, kan treneren bygge gode relasjoner til utøveren sin (Knutsen, 2015). Et eksempel på dette kan være for eksempel at utøveren har mye å tenke på med tanke på skole og jobb, og hvis treneren ikke er klar over dette, vil det føre til at treneren ikke stimulerer utøveren, noe som kan skape dårlige resultater mot de målene de har satt seg.

## 2.6 Tidligere funn

Innenfor relasjon mellom utøver og trener har det blitt gjort flere forskninger. Eirik Hektoen gjorde en undersøkelse i 2013 der han målte behovstilfredsstillelse og relasjonskvaliteten sett ut fra utøverperspektivet. I 2010 gjorde Karina Andersen Aas en undersøkelse der det omhandlet toppidrettsutøverens opplevelse av treneren. Der det ble forsket på om utøverne ble tatt lite på alvor når de kom med meninger til treneren, noe som kunne skape en trøblete treningshverdag. Det ble også forsket innen utøver og trener relasjon ved universitet i Stavanger i 2015, der Joachim Boxill Knutsen fullførte en kvalitativ undersøkelse på treneren om hvordan de opplevde relasjonen de hadde med utøverne sine. Resultatene viser at individuelle trenere hadde flere fordeler når det kom til å skape gode relasjoner med sine utøvere. Blant annet hadde individuelle trenere lettere for å skape nære forhold til sine utøvere der de stolte på hverandre. Funnene avslørte videre at individuelle trenere lettere fikk god og nok kommunikasjon med sine utøvere. Grunnen til at individuelle trenere så ut til å skape en bedre relasjon var; a) mindre gruppestørrelse, b) mer tid til oppfølging av utøvere og c) komme tettere på. Nivåforskjeller ser ut til å påvirke hvor gode relasjoner trenere har med sine utøvere. (Knutsen, 2015).

Jowett gjorde en analyse i 2004 som viste seg nesten det samme som jeg har funnet ut, når trenere lagte mer oppgave orienterte øvelser som gikk mer på utvikling, viste det seg at relasjonen ble bedre mellom utøver og trener (Jowett, 2004). Ellers innen det emne jeg har valgt å fokusere på, som går litt mer på spilletid, er det ikke tegn til tidligere forskning.

## **3. Metode**

### **3.1 Valg av metode**

I denne bachelor oppgaven har jeg tatt valg ut ifra hva jeg synes passer best til oppgaven min. Ut ifra utøver og trener relasjonene har jeg valgt å bruke CART-Q undersøkelsen, som er et standardisert skjema som tar for seg relasjonene mellom utøver og trener. I undersøkelsen har jeg valgt å bare fokusere på utøverens perspektiv og synspunkter. For å nå ut til et bredt perspektiv av utøvere har jeg valgt å kjøre en kvantitativ undersøkelse, hver utøver for utdelt et A4 ark, der de skal besvare undersøkelsen etter utøver sine egne meninger, uten påvirkning av verken andre utøvere eller trenere. Prosedyrene i undersøkelsene ble gjort på en oversiktlig og forståelig måte, før hver gang spillerne skulle svare på oppgaven fikk de vite hva spørreundersøkelsen i hovedsak handlet om og et lite kort sammendrag av 3C-modellen sine tre faser slik at utøverne hadde en viss forståelse på hva oppgaven og spørsmålene gikk ut på. I tillegg fikk utøverne og fotball lagene opplysning om at de ville forbli anonyme slik at det verken ville påvirke utøverens eller trenerens karriere. Det ville også styrke oppgaven slik at utøverne ikke hadde noe å bekymre seg for, og kunne dermed svare ærlig på spørsmålene i skjemaet. Det ble gitt et muntlig samtykke på stedet.

### **3.2 Kvantitativ undersøkelse**

Dataen i undersøkelsen ble samlet inn gjennom et spørreskjema. Spørreundersøkelsen tar for seg relasjonen mellom utøver og trener basert på tre faser. Jowett og Ntoumains (2004) utviklet en selvrapporterings instrumentet som de har kalt for CART-Q. 3C-modellen som jeg nevnte tidligere er modellen som forklarer selve mekanismen, det er her de tre fasene kommer inn; closeness, commitment og complementarity. Undersøkelsen er kvantitativ, så her er det viktig at undersøkelsen skal være relativt detaljert og oversiktlig. Det som er positivt med kvantitativ undersøkelse er at metoden er god til å etablere et overblikk over et problems omfang og gi en innsikt i hvilken variabel som det kan finnes innenfor

undersøkelsesfeltet (Harboe, 2006). Kvantitativ undersøkelse inneholder langt flere respondenter enn i kvalitativ, og jeg er ute etter å vite av flest mulige utøvere, på hvilke synspunkter de har på treneren sin, hvis jeg hadde valgt den kvalitative metoden og heller fullført intervju ville ikke undersøkelsen vært like troverdig med tanke på at nivået til spillerne er forskjellige og undersøkelsen min går ut på spilletid og ikke alle spillerne er garantert like mye spilletid i løpet av en sesong.

### **3.4 Cart-Q**

Formålet som Sophia Jowett og Nikos Ntoumanis hadde med å opprette dette validerte selvrapporterings instrumentet var for å måle forholdet mellom utøver og trener.

Closeness, commitment og complementarity har i Jowett & Ntoumanis (2004) sin forskning har vist seg for å være meningsfull når det kommer til å undersøke relasjonen mellom disse to leddene. Selv CART-Q er standardisert og skal gi en god oversikt over relasjonene. Denne har selv svakheter, blant annet forteller Jowett og Ntoumanis (2004) at det ikke har blitt gjennomført noen re-tester. Dermed styrker den ikke reliabiliteten fullt. Samtidig som den er utviklet for kvalitative undersøkelser.

### **3.5 Mine respondenter**

Jeg ville fokusere mer på senior nivå innenfor fotball, der jeg ønsket og komme i kontakt med spillere som spilte i 3.divisjon i Norge. Grunnen for at jeg ville fokusere på 3.divisjons spillere var for at spillerne som oftest ikke er kjøpt fra andre klubber med tanke på at økonomien i 3.divisjon ikke er tilstrekkelig, og ikke minst at spillerne er amatører og dermed blir variablene større når det kommer til relasjonen mellom utøver og trener, og det vil jeg si er pga at utøverne behersker forskjellige nivåer. Treneren prøve å skape det laget som har best forutsetninger for å vinne kampen, noe som kan påvirke relasjonen til utøver og trener basert på spilletid. Jeg har valgt å fokusere på to forskjellige lag i 3.divisjon der begge holder relativt likt nivå og kjemper i toppen av Norsk-tipping ligaen. Eneste forskjellen på de to lagene er at det ene laget blir regnet som et utviklings lag (B-lag) mens det andre laget er et A-lag. Undersøkelsen med mine respondenter ble gjennomført både på stadion etter treningstid og på et hotell på kampdag. Jeg var tilstede når begge lagene fullførte spørreskjemaet.



### **3.6 Validitet (troverdighet)**

Ifølge Enoksen (2002) vil validitet si, søken etter troverdighet i studiene. Jowett og Ntoumanis har bevis på validiteten av CART-Q ved å demonstrere sammensetningene av de 3 Cs med konstruksjonen av relasjonstilfredshet. Resultatene fra denne innledende valideringsstudien indikerte den faktorielle validiteten, prediktiv validitet og påliteligheten av Coach-Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q). Prøvene ble utført av to uavhengige britiske idrettsutøvere og trenere. Videre støttende bevis på de psykometriske egenskapene til CART-Q har blitt dokumentert med prøver av utøvere i en rekke studier (Jowett, 2006). Det at spørsmålene er ferdigutviklet og standardisert styrker validiteten til undersøkelsen, spørsmålene tar til grunn for å hente ut relevante opplysninger for å kunne belyse studiets problemstillinger. Spørsmålene er formulert slik at fotballutøvere skal kunne forstå og ikke minst «føle seg truffet» i spørsmålet.

### **3.7 Reliabilitet(pålitelighet)**

Busch, 2013 legger fram at reliabiliteten handler i hvor grad vi kan stole på de som presenterer dataen. Om respondentene hadde avgitt samme svar om de hadde fått samme spørreskjema en gang til, bare til et senere tidspunkt. Ved å bruke spørreskjema er man avhengig av å få ærlige svar, derfor ga jeg respondentene et uttrykk om at de måtte svare ærlig og at de ville forbli anonyme, og undersøkelsen ikke ville påvirke karrieren til utøverne. Anonymt svar er med å styrke både reliabiliteten og validiteten. Jeg ønsket og sikre reliabilitet ved å være tilstede under undersøkelsen og gi dem nok info slik at de kunne stole på meg og jeg kunne stole på at de avga ærlige svar. Med tanke på at det var noen utenlandske spillere på det ene laget ønsket jeg å oversette for han men så vekk da han krysset av på skjema slik at han kunne være pålitelig. Treneren var ikke tilstede når undersøkelsen på gjennomført, samtidig var det ene laget fordelt inn på forskjellige rom på hotellet slik at det ikke skulle være vanskelige å holde kontroll på de som skrev på undersøkelsen og kunne være behjelpelig hvis de lurte på noe. Undersøkelsen ble gjennomført under perioden «Pre-season» der mange spillere får tillit til å vise seg fram og det ikke er poeng å spille om, de nye spillerne som hadde ankommet klubben skulle ta utgangspunktet ut ifra oppkjøringa basert på spilletid, mens de som hadde vært i klubben

lenge skulle ta utgangspunktet ut ifra sesongen som var. Undersøkelsen for Lag B ble gjennomført rett etter trening mens for Lag A var det noen timer før kamp.

### **3.8 Datainnsamling**

Innsamlingen av data ble gjennomført på A4 ark, der undersøkelsen tok maks 1-2min på å krysse av. Det var stor forskjell ut ifra nivå, spilletid og alder på undersøkelsen. Der andre ikke var fornøyde mens andre var meget fornøyde. Alder og spilletid var det første som ble registrert på spørreskjemaet der svært få var i tvil på hvor mye de spilte i gjennomsnitt av en sesong. Ut ifra innsamlingen kan jeg se at utøverne ikke har vært «red» for å avgi riktige svar noe som er positivt for validiteten. Respondentene kunne blant annet velge på en skala fra 1-7, der 1 er «under middels», 4 er «middels» og 7 er «over middels». I tillegg hadde jeg noen ekstra spørsmål som skulle forsterke problemstillingen med å putte inn et par spørsmål som skulle belyse om de syntes treneren var resultat orientert eller utviklings orientert. Spørreskjemaet bestod av 18 spørsmål som gikk i hovedsak ut på relasjoner mellom utøver og trener.

### **3.9. Dataanalyse**

Dataen min ble analysert gjennom excel og et avansert data program som heter STATA. STATA har fått frem troverdigheten med prosjektet mitt og hvor mye sammenheng den har. Der jeg har tatt 3C som en avhengig variabel og sammenlignet dem med de uavhengige variablene. Samtidig som jeg har utført sammenlignings analyser på excel der

jeg har sammenlignet 3C med blant annet spilletid, utvikling og alder

1. Jeg liker treneren min. |
2. Jeg stoler på treneren min.
3. Jeg respekterer treneren min.
4. Jeg setter pris på innsatsen treneren min legger ned for meg for at jeg skal bli bedre.
5. Jeg har et nært forhold til treneren min.
6. Jeg føler meg forpliktet til ovenfor treneren min.
7. Jeg føler at fotballkarrieren min ser lovende ut med treneren min.
8. Når jeg blir trent av treneren min er jeg klar til å gjøre mitt beste.
9. Når jeg blir trent av treneren min, er jeg komfortabel.
10. Når jeg blir trent av treneren min, er jeg lydhør overfor hans innsats.
11. Når jeg blir trent av treneren min, inntar jeg en vennlig holdning.
12. Jeg stoler på valgene treneren min tar er best for meg.
13. Treneren min gir meg nok rom til å feile.
14. Jeg er fornøyd med treneren min.
15. Treneren min er opptatt av å vinne.
16. Treneren min setter som regel opp det laget som har størst sannsynlighet for å vinne.
17. Treneren min er opptatt av å utvikle ferdigheter hos spillerne.

*Eduard Khachatryan, 2019*

Figur 1 Spørreskjemaet som utøverne besvarte på

Item no.	Items	Component 1	Component 2	Component 3	$R^2$
2	Do you like your athlete/coach?	0.72			0.65
3	Do you trust your athlete/coach?	0.79			0.67
4	Do you respect your athlete/coach's efforts?	0.84			0.76
6	Do you appreciate the sacrifices your athlete/coach has experienced . . . ?	0.67			0.59
15	Do you think that both of you work appropriately in achieving the goals set?	0.73			0.71
16	Do you think that both of you work well in achieving the goals set?	0.71			0.68
1	Do you feel close to your athlete/coach?		0.72		0.56
5	Do you feel committed to your athlete/coach?		0.72		0.63
7	Do you feel that your sport career with your athlete/coach is promising?		0.77		0.66
13	Do you strive to achieve similar goals with your athlete/coach?		0.44		0.43
20	When I coach my athlete/When I am coached by my coach, I am ready to do my best			0.54	0.56
21	When I coach my athlete/When I am coached by my coach, I feel at ease			0.56	0.61
22	When I coach my athlete/When I am coached by my coach, I feel responsive			0.68	0.51
23	When I coach my athlete/When I am coached by my coach, I adopt a friendly stance			0.77	0.69
Percentage of Variance		42.2	11.2	9.7	
Eigenvalues		5.5	1.5	1.3	
Alpha coefficients		0.86	0.83	0.78	

Figur 3 Bilde av original questionnaire (CART-Q)

## 4.0 Dataanalyse, funn og konklusjon

I denne delen av oppgaven vil jeg komme inn på hvordan relasjonen til utøverne er med treneren sin basert på spilletid og alder som jeg synes er de to viktigste faktorene som

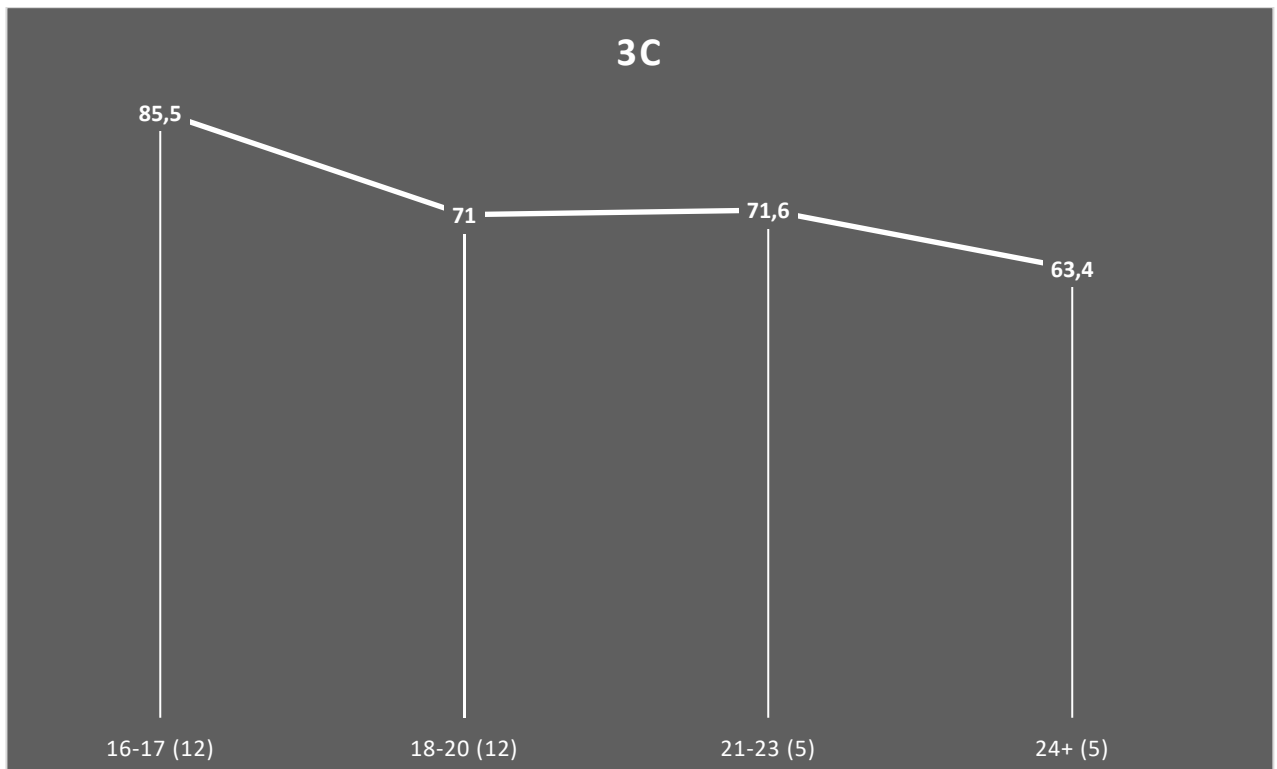
spiller inn. Siden oppgaven min baserer seg på spillere fra 3.divisjon er det en ganske lav alders nivå på utøverne samtidig som det ene laget er et utviklingslag der det er stort fokus på å utvikle unge spillere og gjør dem kjent med senior nivå. I tabellene nedenfor kan dere se resultatene fra de forskjellige aldersgruppene, skalaen strekker seg fra 1 til 7, der 1 er under middels 4 er middels og 7 er over middels.

## 4.1 Mine funn

*Figur 4 Statistikk analyse av observasjonene gjennomført i STATA*

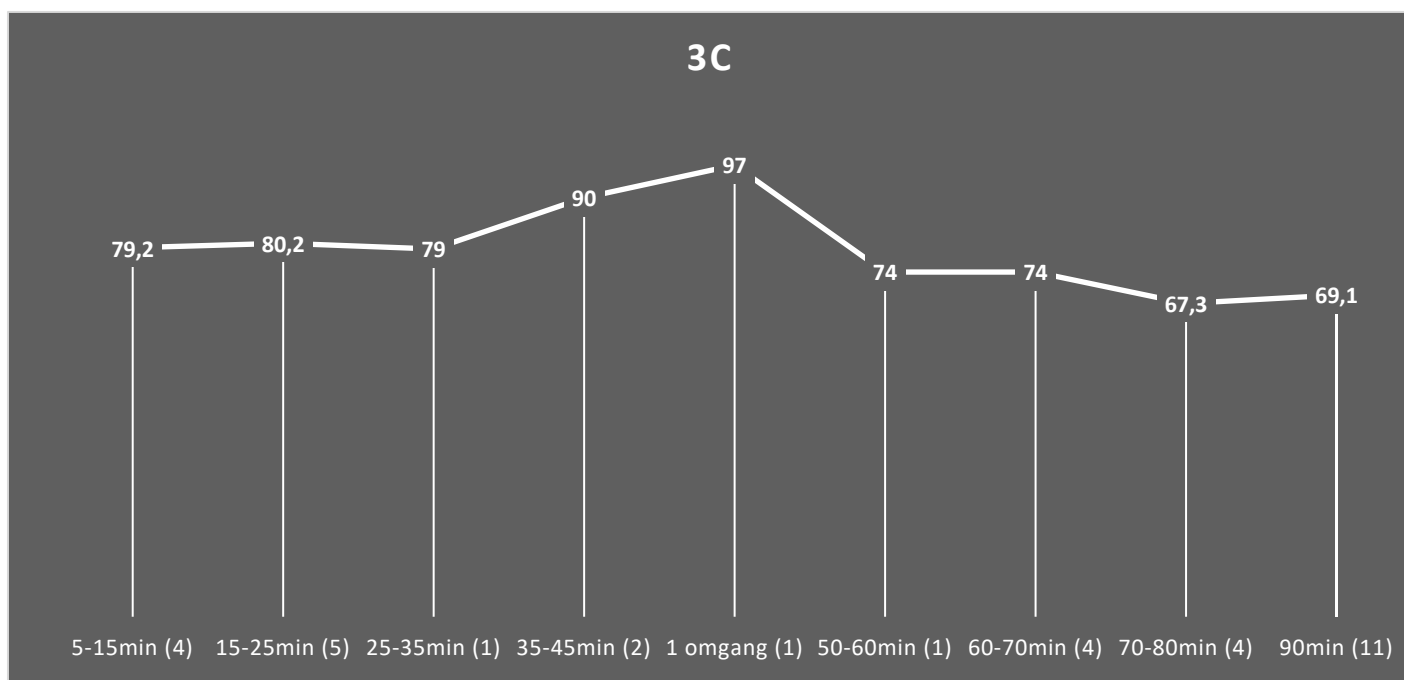
Variabler	Obs	Std. Dev.	Min	Max
Respondent	34	9.95	1	34
Alder	34	1.05	16	33
Spilletid	34	3.21	1	9
3c sammenlagt	34	19.04	23	97
Tr. Vinne	34	0.49	5	7
Tr. Størst sjans V.	34	1.19	3	7
Tr. Utvikle	34	1.54	1	7

Respondentene mine bestod av spillere fra alderen 16 år til 33år. Mine respondenter var basert på lag fra Møre og Romsdal der det ene laget er et A-lag som er godt etablert i 3.divisjon og et utviklingslag som er med å kjempe blant de beste i 3. divisjon.



*Figur 5 3C sammenligna med alder*

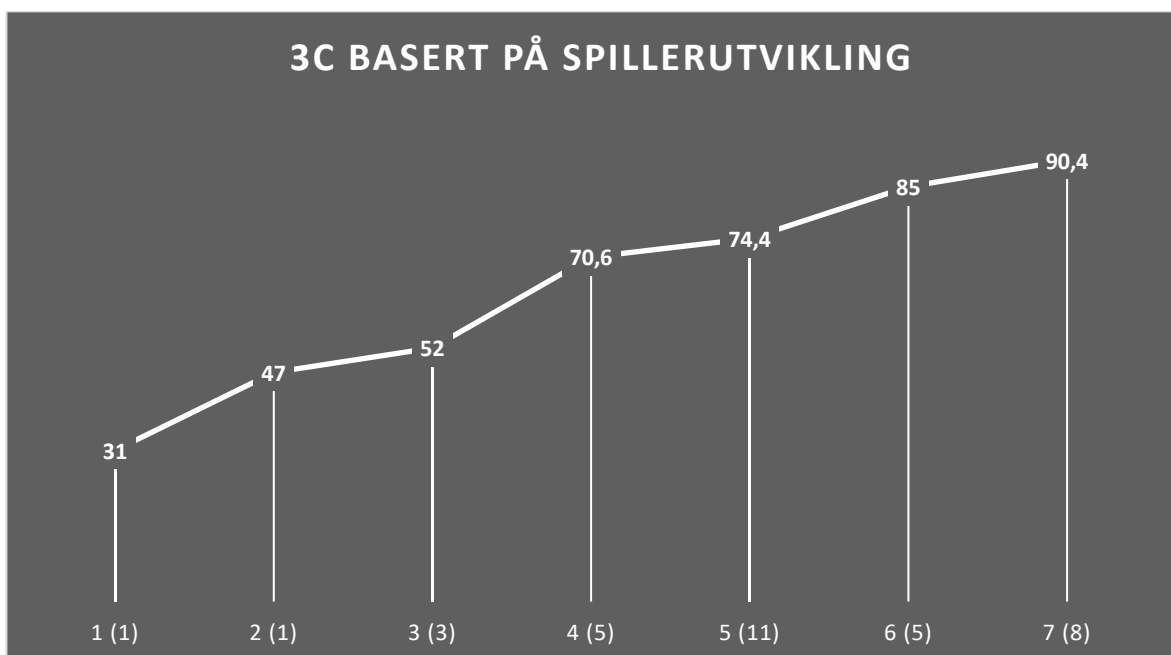
Resultatene i spørreskjemaet som utøverne har besvart viser at utøverne i alderen 16 og 17 år har en utmerket relasjon med treneren sin der de viser noen tegn til å ha mistillit. Tallene viser at relasjonen med treneren blir dårlige gjennom årene. Jeg fikk inn 12 respondenter i alderen fra 16 til 17 og i alder 18 til 20, mens kun 10 respondenter fra 21 og oppover. Med tanke på at det ene laget kun består av unge spillere som nettopp har tatt steget opp til senior fotballen er det vanskelig å fastslå at samtlige lag med mer etablerte spillere vil ha dårlig relasjonen med treneren. Men det jeg kan fastslå er at relasjonen med nykommere er bedre enn med spillere som har vært i klubben i lengre perioder.



*Figur 6 3C sammenligna med spilletid*

Figuren viser forholdet mellom utøver og trener basert på spilletid i løpet av en sesong. Vanskelig å fastslå troverdigheten med denne figuren med tanke på at det kun er få svar på de forskjellige spilletidene. Hadde jeg hatt flere respondenter kunne vi fått en annen kurve på figuren, men det gir en viss retning på hvordan spilletid påvirker relasjonen mellom utøver og trener. Jeg utelukker ikke at relasjonen mellom utøver og trener er dårligere desto mer spilletid utøveren får.

En annen forskjell som kommer frem er at utøverne i den aldersgruppen som er preget av mye spilletid føler at treneren ikke kan utvikle dem mer og dermed ødelegger det relasjonen mellom dem. Siden de rett og slett føler seg mette og er klare til å ta det neste nivået og spillere høyere. Med andre ord blir spillerne utålmodige og vil få nye utfordringer å mestre. De litt mer rutinerte og etablerte spillerne som får mye spilletid. I motsetning til de unge spillerne i klubbene, besitter de rutinerte og etablerte utøverne mer kunnskap og mer forståelse for spillet, dermed kan være mer dømmende til hva treneren gjør. Klubbene kan ha spillere som har blitt trent av flere trenere på senior nivå. Som kan føre til utøverne sammenligner sin nåværende trener med en annen som de har hatt nær tilknytning til. Men jeg vil presisere at det er en teori som kunne kommet om jeg hadde hatt flere respondenter.



Figur 7 3C sammenligna med spillerutvikling

Jeg ønsker også å dra inn hvordan relasjonen mellom utøver og trener blir påvirket basert på spillerutvikling. Utøverne svarer på spørreskjemaet fra 1-7 der 1 er under middels, 4 er middel og 7 er over middels. Her er klare tegn til at hvis treneren er opptatt av å utvikle spillere øker det relasjonen mellom utøver og trener. Dette kan være grunnet av at spillere ønsker å bli bedre i idretten sin og har ambisjoner og er mer opptatt av å bli en bedre utvikler enn å vinne kamper på et så lavt nivå som i 3.divisjon. Likevel vil jeg påstå å si at en trener tenker også på at han vil opp å frem i divisjonene og ikke bare spilleren, treneren er nødt til å ta vanskelige valg som ikke vil gjøre alle fornøyde, dermed vil det oppstå ubalanser i laget på relasjonen siden mellom utøver og trener. Mens på et utviklingslag som er et av lagene jeg har analysert, er klubben ansatt treneren på utviklingslaget for at treneren skal utvikle spillerne på best mulig måte for å sikre en bra fremtid for klubben. Men selv på et utviklingslag blir spillere vraket i ny og ne og det er en del av gamet så spillerne må lære seg å takle de motgangene og jobbe hardt å ta det som motivasjon.

## 4.2 Korrelasjonen mellom utøver og trener

	Alder	Spilletid	3c sammenlagt	Tr. Vinne	Tr. Sjans for å vinne	Tr. utvikle
Alder	1	0,238918945	-0,391033348	-0,017031945	-0,19946337	-0,488366712
Spilletid	0,238918945	1	-0,277724145	0,325772486	-0,264076914	-0,313449985
3c sammenlagt	-0,391033348	-0,277724145	1	-0,135699124	0,221617816	0,737360492
Tr. vinne	-0,017031945	0,325772486	-0,135699124	1	0,036240548	-0,130298464
Tr. Sjans vinne	-0,19946337	-0,264076914	0,221617816	0,036240548	1	0,01212143
Tr. utvikle	-0,488366712	-0,313449985	0,737360492	-0,130298464	0,01212143	1

Figur 8 korrelasjonen mellom utøver og trener

Jeg har her gjort en enkel korrelasjonsanalyse. Analysen viser for det meste ingen sterke sammenhenger mellom de ulike variablene. Unntaket er sammenhengen mellom 3C og utvikling. Det er ikke gjort en analyse av signifikansnivå, men på grunn av få respondenter er det grunn til å tro at signifikansnivået i de fleste tilfeller ikke er høyt nok til at vi kan generalisere ut ifra disse funnene. Det er likevel interessant å se at det i dette tilfellet er en svak negativ korrelasjon mellom spilletid og 3C. Det kan vær grunnet av at spilleren og treneren ikke er enig om hvor mye spilletid utøveren får eller som vi har sett i analysen at de utøverne som spiller mye har en dårligere relasjon med treneren sin, og det kan være grunnet av mange forskjellige årsaker der det må en kvalitativ undersøkelse for å dukke dypere inn i problemene som forårsaker det.

Legg også merke til at alder har en negativ korrelasjon på både utvikling av utøvere og 3C. Jeg ser to faktorer som kan spille inn der, der det ene er at spillerne har blitt såpass gamle at de føler verken treneren eller dem selv er i den posisjonen til å utvikle seg mer og har rettet fokus på noe viktigere i livet mens den andre faktorer er blant de litt unge utøverne som føler at de er alt for gode, og holde et mye høyere nivå enn det treneren besitter eller at de føler at de kan spille høyere opp i divisjonene.

## 4.3 Statistisk analyse

3C sammenlagt	Coef.	Standard Error.	P>
Alder	<b>-0.3277027</b>	<b>3.427652</b>	<b>0.925</b>
Spilletid	<b>0.2653691</b>	<b>0.9425796</b>	<b>0.780</b>
Tr. vinne	<b>-2.140686</b>	<b>5.071483</b>	<b>0.676</b>
Tr. Sjans vinne	<b>3.527076</b>	<b>2.119381</b>	<b>0.108</b>
Tr. utvikle	<b>9.240533</b>	<b>1.899526</b>	<b><u>0.000</u></b>
cons	<b>20.81215</b>	<b>39.04293</b>	<b>0.598</b>



Videre ble det gjort en regresjonsanalyse. I denne studien ønsket jeg å se hvordan ulike variabler påvirket hvordan spillerne opplever sin relasjon med treneren. En avhengig variabel som i dette tilfellet er 3C, varierer av de variablene nedenfor. Mens resterende er uavhengige variabler som vil si at de ikke blir påvirket av noen av de andre variablene. Denne analysen ble gjort av ett data program som heter STATA. Meningen med denne analysen er at vi skal finne ut hvor mye 3C blir påvirket av de andre variablene når den øker med en enhet. På spørreskjemaet mitt hadde jeg 7 enheter der utøveren valgte mellom de enhetene, å her kan vi se hvor mye de forskjellige ville ha økt eller minnet når utøverne endret på enheten sin.

Vi ser at analysen gir p-verdier for de ulike sammenhengene som er til dels langt over det du har satt som signifikansnivå, som er  $\leq 0.05$ . Det vil si at du verken kan bekrefte eller avkrefte sammenhengene analyse som viser om de er tilfeldige eller ikke. Det eneste unntaket er utvikling av spiller og 3C som har et signifikansnivå som er under 0,05. Som sagt vil jeg helst fokusere på hvor mye 3C har sammenheng med utvikling. I denne analysen fant jeg ut hvis en utøver endrer på enheten sin med et poeng på spørreskjemaet under «Trener min er opptatt av å utvikle» vil det øke med hele 9.240533 poeng på 3C skalaen. Det sier noe om relasjonen mellom utøver og trener. Jo høyere poeng, desto bedre relasjon. Samtidig kan vi se at p-verdien er 0.000 som sier at dette har en klar sammenheng.

## 5.0 Diskusjon

Formålet med denne oppgaven var for å finne ut om trenere innen lagidretten fotball hadde en tett relasjon til sine utøvere. I studien ønsket jeg å forske på hvor mye spilletid hadde å si på relasjonen og hvilke faktorer som var med å spille inn på relasjonen mellom dem. Hele hensikten med oppgave min er at jeg ville finne ut hvordan relasjonen mellom utøver blir skapt og hva det er som er med å påvirke den.

Oppgaven min skulle også si noe om hvor mye likheter og ulikheter det var i relasjonen mellom trener og utøver ut ifra ferdighetsnivå, alderstrinn og erfaring. Jeg har tatt

utgangspunktet ifra et målingsinstrument som heter CART-Q og tatt utgangspunktet i 3C modellen og «self determination theory» for å karakterisere hva som kjennetegner en god relasjon mellom utøver og trener (Deci & Ryan, 1985; Jowett & Ntoumanis, 2004). I denne delen vil jeg diskutere funnene mine. Samtidig vil jeg drøfte og knytte det opp mot SDT-teorien og 3C modellen.

En god utøver/trener relasjon er viktig for at både utøveren og treneren skal kunne ha et godt partnerskap og kunne ha en god utvikling innenfor idretten. Closeness, commitment og complementarity blir i 3C modellen karakterisert som de tre faktorene som må være tilstede for å skape en god trener/utøver relasjon (Jowett & Ntoumanis, 2004). Mens SDT skal være med å påvirke de psykologiske behov som avgjør en utøvers tilfredshet og motivasjon (Ryan & Deci, 2002)

## **5.1 3C-modellen**

Hensikten med denne modellen er å måle trener/utøver relasjonen. 3C modellen og «the coach-athlete relationship questionnaire» (CART-Q) skal fremheve aspekter som beskriver trener/utøver relasjonen (Jowett & Cockerill, 2003). Ifølge 3C modellen må partene kunne stole på hverandre, like hverandre og ikke minst føle seg verdsatt av hverandre (Jowett & Ntoumanis, 2004). Men i forskningen min tar jeg bare utgangspunktet i utøveren og får bare vite hvilken relasjon utøveren har til treneren sin og ikke omvendt. I fremtidig forskning ville jeg ha fokusert på begge partene, ikke kun utøveren. En annen tydelig faktor som var merkverdig å legge merke til i relasjonen ut ifra 3C modellen, var at jo mer tillit treneren ga til spilleren og jo mer spilletid spilleren fikk, desto dårligere var relasjonen mellom partene. Jeg hadde en teori da jeg startet å forske på dette, og teorien min var bygget på at jo mer spilletid en utøver fikk av treneren sin, desto bedre skulle relasjonen være mellom partene. Men så har det vist seg at det er omvendt, det samme gjelder alder. Teorien min på alder var at de mer eldre å rutinerne spillerne skulle ha en bedre relasjon med treneren sin enn de som var litt yngre og mer tilbakeholdne på treningene.

## **5.2 Resultat eller utvikling**

Med tanke på at de som er i så ung alder vil jeg si at de ikke har så mye kompetanse slik som de mer etablerte spillerne har i laget som fører til lav kunnskap og dermed er alt

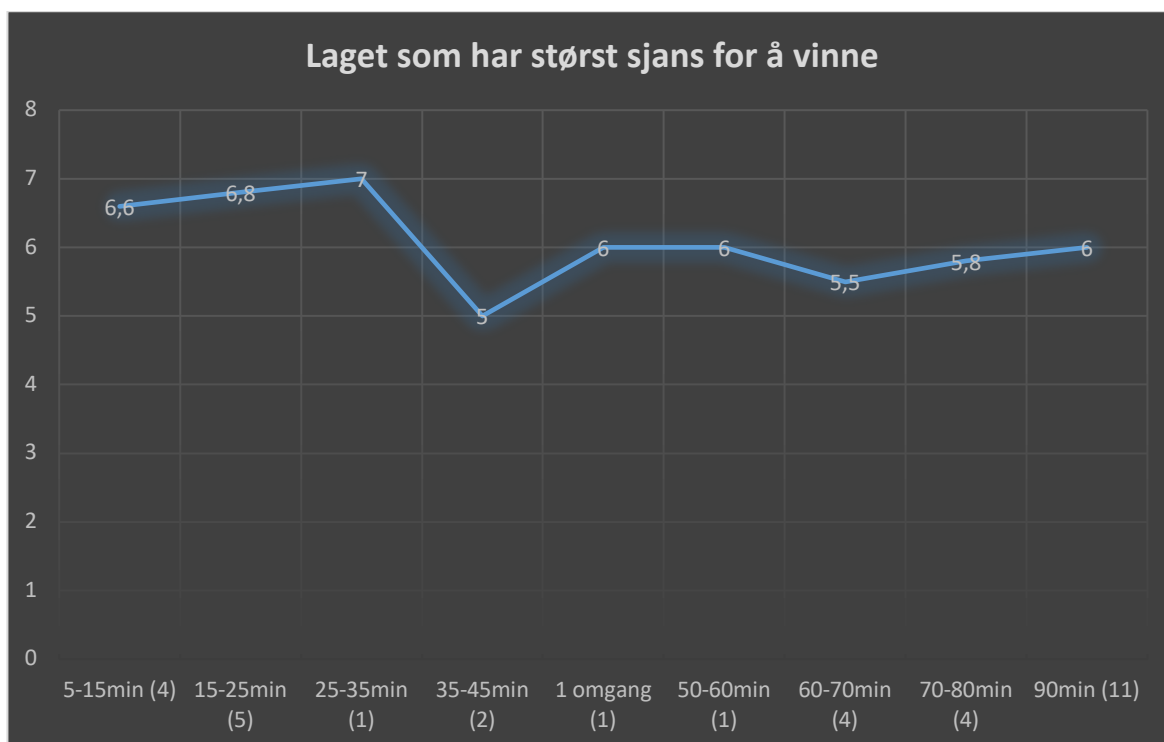
treneren gjør bli sett som fasiten for dem. Det er også tegn til at treneren prøver å skape en god relasjon med sine utøvere slik at de ikke skal være redde for å gjøre feil å klare å slappe av når de trener med mye eldre spillere enn dem. På linjediagrammet (se figur 5) som dere kan se viser det klare tegn til relasjonen mellom utøver og trener dabbet av jo eldre spilleren blir, dette kan skyldes av at treneren velger å fokusere mer på de unge utøverne enn de eldre, andre faktorer som kan spille inn er at spillere som nettopp har blitt tatt opp på A-laget eller et utviklingslag har et ganske ferskt forhold med treneren sin og første inntrykket de har fått er positivt noe som har skapt en god relasjon, mens de som har vært i klubben lengre har lært seg i å kjenne treneren sin både på og utenfor banen og dermed har det påvirket forholdet de har hatt med treneren sin.

Jeg la til ekstra spørsmål i tillegg til 3C modellen, som skulle hjelpe meg å forstå hvilken av de variablene som var med på å påvirke relasjonen. På spørreskjemaet var det disse spørsmålene som utøverne måtte svare på. «Treneren min er opptatt av å vinne», «Treneren min setter som regel opp det laget som har størst sannsynlighet for å vinne» og «Treneren min er opptatt av å utvikle ferdigheter hos spillerne». Disse spørsmålene skulle hjelpe meg å forstå hvilken trenertype de forskjellige trenerne var og om spilleren selv mente at han fortjente å spille og om det hadde noe å si på relasjonen.

Det første spørsmålet som gikk ut på «Treneren min er opptatt av å vinne», er selvfølgelig en selvfølge at en trener skal ønske å vinne, men kunne dette være med på å ødelegge relasjonen mellom utøveren var det store spørsmålet, et av lagene som jeg fullførte denne forskningen på viste seg å være et utviklingslag, et utviklingslag vil si at laget består av unge utøvere som ønsker å komme seg opp å frem til et potensielt A-lag i fremtiden. Da skal ikke fokuset være så mye rettet på resultatet som det ville vært på et første lag (A-lag). Men en trener ønsker likevel å oppnå resultater om han er på et utviklingslag eller et første lag, men for den treneren kan det være godt nok resultat i å utvikle spillere opp til et A-lag.

En annen teori som jeg også vil dra inn er «Achievement goal theory». Achievement goal theory skal si noe om relasjonen mellom en ung utøver og trener som kan bli dårlig pga at treneren blir alt for resultat orientert og lite utviklings orientert. På et utviklingslag er de fleste spillere unge utøvere som holder junior nivå. I en undersøkelse av Joachim Knutsen (2015) kom det frem at trenere som hadde yngre utøvere mente det var utfordrende og kommunisere, som kunne føre til at det ble fort misforståelser sammenlignet med eldre

utøvere. Mens i undersøkelsen min har vi funnet ut at relasjonen mellom unge utøvere og trener har som regel de beste relasjonene. Dette kan ha noe å gjøre med at de unge utøverne i klubben vil bli mer satset på enn de som har vært i klubben en del år, jeg synes dette blir en feil tankegang at en 19-20 åring skal ha dårligere relasjon med treneren sin pga at den spilleren er for «gammel» til å spille for et utviklingslag.



*Figur 9 Spilletid sammenlignet med best 11-er*

Hensikten med spørsmålet om «Treneren min setter som regel opp det laget som har størst sannsynlighet for å vinne» var for å finne ut om utøveren mente han selv burde få spilt istedenfor andre, og om det hadde noe å si på relasjonen. Self-Determination Theory (SDT) bygger på at både utøver og mennesker har et sterkt psykologisk behov for autonomi, kompetanse og relasjon. Teorien har blitt utvikla av Deci og Ryan (1985). SDT er en kognitiv evalueringsteori som tar utgangspunktet i at alle utøvere og mennesker har en trang i å utvikle seg. Dette innebærer da at menneske blir sett på som aktive og selvbestemte individer (Deci & Ryan, 1985). Teorien skiller derfor mellom tre typer for motivasjon. Amotivasjon, ytre motivasjon og indre motivasjon (Ryan & Deci, 2000). Motivasjonen i denne delen kan være at spilleren ønsker å få mer spilletid slik alle fotballspillere ønsker, og at det kan være med å skape enten en god relasjon eller dårlig. Spillere fra forskjellige aldersgrupper som får mye spilletid i løpet av en sesong har faktisk dårlige relasjon til treneren sin i forhold til de som får lite spilletid, noe som er litt rart. Burde det ikke være slik at når en utøver får sine behov oppfylt skal være fornøyd og ha

gode relasjoner med sin trener. Slik som jeg nevner tidligere i oppgaven min, når jeg drar inn Self-Determination Theory (SDT) som forklarer at alle utøvere og mennesker har en trang i å utvikle seg. Spillerne er tydeligvis fornøyde og føler at de har tatt nivået i allerede så ung alder og er sultne på mer. En annen faktor som spiller inn her er at utøveren som spiller mye får oppleve treneren fra et helt annet perspektiv enn de som spiller lite. Det kan være at de som får mye spilletid får sett treneren sin fra en kamp perspektiv, der det handler i stor grad om å plukke seg poeng og da kan treneren endre karakter i likhet med det de som spiller lite får oppleve, siden de kun opplever treneren fra trenings hverdag der treneren har en helt annen holdning.

I resultatene (se figur 9) fant jeg ut spillere som spilte lite mente likevel at treneren satte opp det laget som hadde størst sannsynlighet for å vinne. Det kan være tegn på spillerne vet at de ikke er gode nok til å spille mye, men det påvirker likevel ikke relasjonen de har med treneren sin. Legg også merke til at alder har en negativ korrelasjon på både utvikling av utøvere og 3C (se figur). Jeg ser to faktorer som kan spille inn der, det ene er at spillerne har blitt såpass gamle at de føler verken treneren eller dem selv er i den posisjonen til å utvikle seg mer og har rettet fokus på noe viktigere i livet mens den andre faktorer er blant de litt unge utøverne som føler at de er alt for gode, og holder et mye høyere nivå enn det treneren besitter eller at de føler at de kan spille høyere opp i divisjonene.

Til slutt hadde jeg et spørsmål som gikk ut på «Treneren min er opptatt av å utvikle ferdigheter hos spillerne» som viste seg å være en hovedfaktor i oppgaven min om hvordan forbedre relasjonen mellom utøver og trener. I den avanserte analysen min som jeg fullførte i STATA, fant jeg ut om hvor mye utvikling hadde å si på relasjonen, relasjonen økte med hele 9.240533 poeng på 3C skalaen jo mer utviklingsorientert en trener var. Samtidig som korrelasjonen mellom 3C og at treneren er opptatt av å utvikle spilleren hadde en positiv korrelasjon, i analysen hadde hele ca. 70% svart at det var en god effekt mellom de to enhetene.

## 6.0 Konklusjon

Utøvere vil alltid ha forskjellige tilknytninger til sine trenere, og de vil variere fra omstendighetene. Faktorer og variabler vil alltid være med å påvirke relasjonen mellom utøver og trener. Et viktig hovedpunkt som har tatt oppmerksomheten i oppgaven min er hvor mye positiv effekt utvikling har på relasjonen og det er noe trener bør bygge videre på om de ønsker gode relasjoner med sine utøvere. En annen ting som jeg også vil legge til er hvorfor jeg har så få respondenter, jeg ønsket og ha flere respondenter men det var litt vanskelig å få til med tanke på ikke mange klubber ønsker å samarbeide om å finne ut av hvordan utøveren tenker om treneren sin, denne undersøkelsen kan gå litt på personligheten til de forskjellige, derfor prøvde jeg å overbevise dem at de ville være anonyme uten noe lykke. Med flere respondenter ville den oppgaven har vært mye mer troverdig enn den er nå og det vil jeg si er en klar svakhet på oppgaven min. I videre forskning vil jeg kun fokusere på utviklingslag blant de forskjellige storklubbene og finne ut hvilke opplevelser utøverne har av treneren sin.

## 7.0 Referanseliste

- Aas, Karina Andersen. 2010. «*Toppidrettutøvernes opplevelse av trener – utøver relasjonen*». Masteroppgave. Norges Teknisk – Naturvitenskapelige Universitet Trondheim
- Côté, J., & Gilbert, W. (2009). *An integrative definition of coaching effectiveness and expertise*. International journal of sport science & coaching.
- Deci, E.L., & Ryan, R.M. (1985) *Motivation and self-determination in human behavior*. New York. Plenum press.
- Enoksen, E. Fahlström, P.G. Johansen, B.T. Hageskog, C. Christensen, J.B. Høigaard, R. (2014). Perceptions of leadership behavior and the relationship to athletes among Scandinavian coaches. Sport studies.
- Harboe, T .2006. *Indføring i samfundsvidenskabelig metode*. Frederiksberg: Forlaget Samfundslitteratur
- Hektoen, Erik. 2013. «*Relasjonskvalitet i trener-utøverrelasjon*». Masteroppgave. Norges idrettshøgskole.
- Jowett S, Ntoumanis N. 2004. «*The Coach–Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q): development and initial validation*». Scand J Med Sci Sports: 245–257.  
<https://pdfs.semanticscholar.org/ecc7/edc11920a3f87e3b094abfe15d78709b1091.pdf>
- Jowett, S. Ntoumanis, N. (2004). *The coach-athlete relationships questionnaire (CART-Q) development and initial validation*. International journal of sport psychology.
- Jowett, Sophia. Meek, G. (2000). *Coach-athlete relationships in married couples: an exploratory content analysis*. Sport psychology.
- Jowett, Sophia. Meek, G. (2000). *Coach-athlete relationships in married couples: an exploratory content analysis*. Sport psychology.
- Jowett, Sophia. (2005). *The coach-athlete partnership*. The psychologist. Journal.
- Jowett, Sophia, Ntoumanis, Nikos. 2004. *The Coach–Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q): development and initial validation*  
<http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.524.1377&rep=rep1&type=pdf>

Knutsen, Joachim Boxill. 2015. «*Trener og utøver relasjon*». Masteroppgave. Universitet i Stavanger.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2002). *An Overview of Self-Determination Theory: An Organismic-Dialectical Perspective*.

Ntoumanis, Nikos. (2001) *Empirical links between achievement goal theory and self-determination theory in sport*. School of Leisure and Sport Studies, Leeds Metropolitan University, Beckett Park Campus, Leeds



# NSD sin vurdering

**Prosjekttittel**

En kvantitativ undersøkelse av utøverens opplevelse til treneren basert på spilletid.

**Referansenummer**

151792

**Registrert**

21.02.2019 av Khachatrjan Eduard - eduard.khachatrjan@stud.himolde.no

**Behandlingsansvarlig institusjon**

Høgskolen i Molde / Avdeling for økonomi og samfunnsvitenskap

**Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)**

Ole Martin, ole.m.kleivenes@himolde.no, tlf: 93877596

**Type prosjekt**

Studentprosjekt, bachelorstudium

**Kontaktinformasjon, student**

Eduard Khachatrjan, Eduard.khajan@gmail.com, tlf: 41697522

**Prosjektperiode**

13.02.2019 - 25.05.2019

**Status**

25.03.2019 - Vurdert anonym

---

**Vurdering (1)****25.03.2019 - Vurdert anonym**

Det er vår vurdering at det ikke skal behandles direkte eller indirekte opplysninger som kan identifisere enkeltpersoner i dette prosjektet, så fremt det gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet 25.03.2019. Prosjektet trenger derfor ikke en vurdering fra NSD.

**HVA MÅ DU GJØRE DERSOM DU LIKEVEL SKAL BEHANDLE PERSONOPPLYSNINGER?**

Dersom prosjektopplegget endres og det likevel blir aktuelt å behandle personopplysninger må du melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. Vent på svar før du setter i gang med behandlingen av personopplysninger.

**VI AVSLUTTER OPPFØLGING AV PROSJEKTET**

Siden prosjektet ikke behandler personopplysninger avslutter vi all videre oppfølging.

Lykke til med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Kaja Amundsen

Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)